



Dimanche 24 octobre 2021

Site :  
[gvrando.com](http://gvrando.com)

### LA CRETE DES ESCAMPONS (calanques)

### LE MONT PUGET ( calanques )

ATTRAIT	Nombreux panoramas : Marseille, Les Iles, Les Calanques...	Très beau panorama sur Marseille ,les Iles , les Calanques .
niveau	1	2+
DIFFICULTES	<p><u>Durée de marche effective</u> : 3H45 environ</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 180 m environ</p> <p><u>Nature du parcours</u> : sur pistes</p> <p><u>Particularités</u> : Néant</p>	<p><u>Durée de marche effective</u> : 5 h 30</p> <p><u>Dénivelée cumulée</u> : 550 m</p> <p><u>Nature du parcours</u> : Sentiers caillouteux et pistes</p> <p><u>Particularités</u> : <u>Passage Guillemin pente à 40% sur 200 m et parfois se servir des mains . Sur la deuxième partie du parcours une descente à 44% sur 170 m . Attention au vertige .</u></p>
RENDEZ VOUS	<b>Piscine de Gardanne : 8 h 30</b> départ : <b>8 h 45 précises</b>	<b>Piscine de Gardanne : 7 h 45</b> départ : <b>8 h précises</b>
MATERIEL	Chaussures de rando montantes, bâtons, eau, trousse de secours personnelle	Chaussures de rando montantes, bâtons, eau, trousse de secours personnelle , pique nique
CONSIGNES	<b>Port du masque obligatoire en voiture, au départ et pendant les pauses. Respecter les distances et les gestes barrières. Covoiturages déconseillé</b>	<b>Port du masque obligatoire en voiture, au départ et pendant les pauses. Respecter les distances et les gestes barrières. Covoiturages déconseillé</b>
TRAJET ROUTIER SUGGERE	Parking piscine, St Savournin, La bouilladisse, entrée autoroute, prendre autoroute direction Toulon après le péage, prendre sortie 6 Carnoux, traverser Carnoux direction Cassis, Au rond point avec la D559 prendre à droite > Marseille par la Gineste, après la Gineste aller jusqu'au rond point de Luminy ;au prochain rond point, prendre à droite et suivre les panneaux « parking ». coordonnées GPS : N43°13'55.0" – E005°25'55.7" 120km A et R –	Parking piscine Gardanne , prendre autoroute à Pas de Trets , Après le péage direction Toulon et sortie à Carnoux . Direction Cassis jusqu'au rond point . A droite direction Marseille jusqu'au col de la Gineste où parking . Coordonnées GPS : N 43° 14' 23.4" . E 5° 27' 24.8" . 90 km
Trajet pédestre	Parking , stade, terrains de tennis, crête des Escampons, ouest du Mt Luminy, citerne, point côté 204, carrefour de 4 chemins et sentiers (pique nique) , retour par citerne, école d'art et d'architecture, parking (8,400km)	Col de la Gineste , P 332 , Col Ricard , prendre DFCI à droite , plus loin sentier à gauche aiguille Guillemin , P 547 , 563 , 525 , 498 , col de la Candelle . Suivre GR 51 – 98 , P 211 , 215 , à gauche jusqu'au belvédère P 248 , retour P 215 et tout droit DFCI , P 272 , après la citerne rester à droite . Puis à droite sentier P352 , col Ricard , P 332 et parking .
ANIMATEURS	Marcel Bildé : 06 33 77 11 19 Françoise Tenoux : 06 04 14 77 55	SORIANO Raymond ; 06 22 64 17 00 TANGUY Pascale : 06 48 43 69 80